

Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga

Nyak Amir

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Syah Kuala, Banda Aceh

Abstract. A standardized instrument with a good validity and reliability to measure sport anxiety is not yet available in Indonesia. The aim of this research is to develop such instrument which is suitable to local conditions. Subjects were ($N = 406$) beginner soccer players from Banda Aceh Municipality. The development of this measurement tool was conducted through two activities, namely instrument adaptation, and collection of new items through item pooling and screening of the item pool (Q-sort). Then the instrument was validated through two phases, firstly on 406 beginner soccer players, and secondly on 1000 soccer players from Nangroe Aceh Darussalam. Data were analysed through validity and reliability testing and factor analysis. Results show either the validity or the reliability level of anxiety scale was high enough, and that the sport anxiety scale comprising four factors and 35 items could be used to measure sport anxiety.

Key words: development, measurement tool, sport anxiety

Abstrak. Alat ukur baku dengan tingkat validitas dan reliabilitas yang baik untuk mengukur tingkat kecemasan olahraga tampaknya belum ada di Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan alat ukur demikian yang memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang baik dan dapat diterapkan sesuai kondisi di Indonesia. Subjek penelitian ($N = 406$) adalah seluruh atlet sepakbola pemula Kotamadya Banda Aceh. Metode pengembangan alat ukur ini dilakukan dengan dua kegiatan, yaitu: adaptasi instrumen, dan pengumpulan butir baru melalui item pool dan screening of item pool (Q-sort). Selanjutnya alat ukur ini diujicobakan melalui dua tahap, yakni uji coba tahap pertama dilakukan pada 406 atlet klub sepakbola pemula, dan uji coba tahap dilakukan pada 1000 atlet klub sepakbola Nangroe Aceh Darussalam.. Data dianalisis melalui pengujian validitas, reliabilitas, dan analisis faktor. Hasil penelitian menunjukkan tingkat validitas maupun reliabilitas skala kecemasan tersebut yang cukup tinggi, dan skala kecemasan olahraga yang terdiri atas 4 faktor dan 35 butir pernyataan ini dapat dipakai untuk mengukur kecemasan olahraga.

Kata kunci: pengembangan, alat ukur, kecemasan olahraga

Permasalahan mendasar yang dihadapi oleh dunia persepakbolaan di Indonesia dan juga klub sepakbola pemula di Nanggro Aceh Darussalam adalah hingga dewasa ini belum ada penerapan program pembinaan mental secara khusus dalam sistem pembinaan prestasi olahraga. Selain program pembinaan mental, belum juga ditemui adanya instrumen baku yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat

kecemasan olahraga para atlet. Simpulan tersebut diperoleh melalui hasil pengamatan pada klub sepak bola pemula serta didukung oleh hasil wawancara langsung dengan 18 atlet dan 6 pelatih klub sepak bola pemula di Kotamadya Banda Aceh. Tidak adanya program pembinaan mental dan instrumen pengukuran kecemasan baku menyebabkan tidak terdeteksinya tingkat gangguan kecemasan para atlet, sekalipun beberapa